w książce. Również problematyka powiązania subtelnych, krótkotrwałych i niekontrolowanych procesów automatycznej ewaluacji z procesami wyższego rzędu nie jest zbyt szeroko omawiana. Oddaje to zapewne, mimo licznych już badań, wczesny etap prac nad zagadnieniem. Pomimo niespełnienia powyższych obietnic, książka ta daje możliwość dogłębnej orientacji w tej szybko rozwijającej się dziedzinie wiedzy psychologicznej poprzez szeroki zakres przedstawianych w niej zagadnień. Czytelnik otrzymuje przegląd uzyskanych do tej pory wyników w dziedzinie poprzedzania afektywnego, dotychczasowych prób wyjaśnienia tego zjawiska oraz dyskutowanych obecnie kontrowersji teoretycznych, poparty wysiłkiem autorów w kierunku ich systematyzacji i podania w przystępnej dla czytelnika formie. Pozycja ta jest również przewodnikiem i źródłem inspiracji dla badaczy zajmujących się bądź chcących się zająć omawianą problematyką.

Rafał P. Bartczuk
Instytut Psychologii KUL

Jadwiga M. R a k o w s k a, *Skuteczność psychoterapii*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR 2005, ss. 357

Czytelnik chcący poszerzyć swoją wiedzę na temat badań nad skutecznością psychoterapii ma do dyspozycji stosunkowo niewielki wybór literatury dostępnej w języku polskim. Choć od czasu do czasu pojawiają się publikacje omawiające wybrane kwestie teoretyczne (np. Czabała, 1987, 1994) lub przedstawiające wyniki konkretnych projektów badawczych (np. Aleksandrowicz, Sobański, 2004), brakuje dzieła o charakterze podręcznika, w którym problematyka skuteczności psychoterapii zostałaby omówiona w sposób systematyczny i kompleksowy, obejmujący zarówno zagadnienia z zakresu metodologii pomiaru skuteczności psychoterapii, w tym listę proponowanych narzędzi pomiarowych, jak i przegląd wyników badań na temat skuteczności różnego rodzaju terapii w różnych typach zaburzeń. Dlatego też monografia Jadwigi M. Rakowskiej *Skuteczność psychoterapii*, która przez wydawcę określona została jako „jedyne w polskim piśmiennictwie kompendium wiedzy na temat badań nad skutecznością psychoterapii", jest niewątpliwie publikacją długo oczekiwaną i ze wszech miar potrzebną.

Książka składa się z trzech części. W pierwszej Autorka omawia szereg zagadnień z dziedziny metodologii badań nad skutecznością psychoterapii – strategie badawcze oraz główne problemy metodologiczne. Część druga to prezentacja przeglądu badań na temat skuteczności procedur psychologicznych w leczeniu specyficznych problemów klinicznych oraz omówienie kwestii wspólnej oceny wyników wielu badań, jak również relacji między badaniami eksperymentalnymi a praktyką kliniczną. W trzeciej części przedstawione są czynniki związane ze skutecznością psychoterapii – zarówno ze strony pacjenta, jak i psychoterapeuty, a także aspekty zmiany uzyskiwanej w wyniku psychoterapii.

Zakres tematów poruszanych przez Autorkę jest zatem bardzo rozległy, co jest niewątpliwie atutem tej pionierskiej w nauce polskiej publikacji. Warto przy tym podkreślić, że Rakowska uwzględnia badania nie tylko głównych nurtów psychoterapii, takich jak psychoterapia poznawcza, behawioralna czy psychodynamiczna, ale także wielu innych rodzajów terapii i treningów – terapii małżeńskiej, terapii wspierająco-ekspresyjnej, terapii systemowej, treningu umiejętności rodzicielskich, treningu relaksacyjnego i innych. Autorka rozciąga zakres omawianych tematów na interwencje skuteczne w kontrolowaniu psychologicznych aspektów chorób psychosomatycznych, osobny rozdział poświęca też problematyce leczenia problemów klinicznych dzieci i młodzieży. Omawiając badania nad tymi różnymi typami interwencji, Autorka czerpała z bardzo wielu źródeł, co niewątpliwie stanowi o dużych walorach poznawczych pracy. Użyteczny z punktu widzenia praktycznego wydaje się układ części drugiej książki, w której dane na temat skuteczności różnego rodzaju problemów leczenia przedstawiane są w podziale na poszczególne typy zaburzeń.

Jednakże recenzowana monografia nie jest wolna od pewnych braków. Wielość poruszanych tematów zaowocowała niekiedy ich zbyt skąpym omówieniem, pominięciem wielu dość istotnych kwestii, nieścisłym lub jednostronnym naświetleniem pewnych zagadnień. Wskazane problemy odnoszą się głównie do części opracowania dotyczącej metodologii badań skuteczności psychoterapii.

Na s. 19 autorka pisze, że „podejście eksperymentalne jest używane w badaniach nad skutecznością interwencji psychologicznych, a podejście obserwacyjne w badaniach czynników dotyczących pacjenta i terapeuty, które pośredniczą w osiąganiu korzyści z psychoterapii". Otóż należy podkreślić, że zarówno badania eksperymentalne (nazywane w literaturze anglosaskiej badaniami typu *efficacy*), jak i badania korelacyjno-obserwacyjne (badania typu *effectiveness*) są używane do określania skuteczności psychoterapii, jednak inaczej definiuje się ich zadania: badania typu *efficacy* służą do wykrycia związku przyczynowo-skutkowego w warunkach eksperymentalnych, kładąc nacisk na trafność wewnętrzną oraz replikowalność, natomiast badania typu *effectiveness* próbują określić, czy pacjenci odnoszą korzyści z psychoterapii przeprowadzanej w warunkach naturalnych, koncentrując się na trafności zewnętrznej oraz możliwości uogólnienia wyników (Barlow, 1996; Howard i in., 1996; Wampold, 1997). Warto w tym miejscu zauważyć, że ów decydujący dla wartości badań skuteczności psychoterapii problem przetargu pomiędzy trafnością wewnętrzną a zewnętrzną w badaniach skuteczności psychoterapii oraz prób jego rozwiązania Autorka porusza jedynie w bardzo ograniczonym zakresie, nie podkreśla też związanej z nim kwestii problemów i metod ustalenia związku przyczynowo-skutkowego pomiędzy oddziaływaniem psychoterapeutycznym a zmianami obserwowanymi u pacjenta.

Omawiając badania eksperymentalne i obserwacyjne, Autorka pisze o „trzeciej strategii" – badaniach pojedynczego przypadku. Takie ujęcie tematu może sprawiać błędne wrażenie, że tego typu badania stanowią jedyny rodzaj strategii alternatywnej wobec dwóch wskazanych wyżej. Jednakże warto wspomnieć, że do nurtu tzw. trzeciej drogi można zaliczyć także badania quasi-eksperymentalne oraz badania hybrydalne (Clarke, 1995; West, 1985). Z kolei w omówieniu metodologii badań pojedynczego przypadku

brakuje wskazania różnic pomiędzy badaniami przypadku typu bardziej jakościowego (studium przypadku) i badaniami quasi-eksperymentalnymi na próbie $N = 1$.

Dość pobieżnie został także omówiony temat subiektywnej oceny skuteczności psychoterapii przez pacjenta i jego bliskich. Autorka poprzestaje na lakonicznym stwierdzeniu, że do ocen subiektywnych „należy podchodzić z ostrożnością" (co jest niewątpliwie wnioskiem słusznym) z powodu obciążenia ich dużym ryzykiem błędu. Brakuje jednak rozwinięcia tej myśli i omówienia kwestii powoływania się w badaniach skuteczności na subiektywne wskaźniki skuteczności psychoterapii – takie jak odczucie poprawy czy też ocena zmian na wymiarze obiektywnej i subiektywnej jakości życia, dobrostanu czy samopoczucia pacjenta, a zatem nurtu bazującego na pozytywnej definicji zdrowia, który bardzo zyskuje w ostatnich latach na popularności jako uzupełnienie, a niekiedy nawet alternatywa dla metodologii skupiających się na ocenie zmiany natężenia symptomów (Frisch, 1998; Katschnig, Freeman, Sartorius, 1997).

Należy także zauważyć, że pisząc, iż „pomiar dokonywany jest z wielu perspektyw: pacjenta, osób znaczących, klinicysty" (s. 33), Autorka nie wspomina o klasycznej dla tego podejścia koncepcji modelu trójczłonowego Struppa (Strupp, Hadley, 1977; Strupp, 1996), ujmującego zdrowie psychiczne z trzech perspektyw: perspektywy społeczeństwa, pacjenta oraz specjalisty do spraw zdrowia psychicznego. Warto by także przy tym wspomnieć, że w praktyce pomiar z wielu perspektyw jest rzadki, pozostaje raczej w sferze postulatów niż działań.

Wydaje się także, że w omawianej monografii warto było wspomnieć o poszukiwaniach metodologii oraz narzędzi, które można by ustanowić jako „standard" w tego typu badaniach, a dzięki którym możliwe było mierzenie i porównywanie skuteczności różnego typu psychoterapii w różnego typu zaburzeniach (próbę takiego podejścia stanowi np. Core Battery, narzędzie omawiane przez M. Lamberta, H. Struppa i L. Horowitza, 1997).

Omawiana praca zostawia także duży niedosyt w zakresie wiedzy na temat badań psychoterapii w Polsce. Większość opisywanych przez Autorkę badań przeprowadzona została w Stanach Zjednoczonych i krajach Europy Zachodniej, brak natomiast informacji na temat stanu badań w tej dziedzinie, rodzajów używanych najczęściej strategii badawczych czy narzędzi w Polsce.

Na koniec warto zaznaczyć, że istotną cechą omawianej publikacji jest jej przeglądowy (zgodnie z podtytułem) charakter. Autorka nie ustosunkowuje się i nie przedstawia swoich poglądów na omawiane tematy, ograniczając się raczej do opisu kwestii metodologicznych oraz poszczególnych badań, a nie ich krytycznej analizy.

Monografia Rakowskiej jest obszernym i rzetelnym zbiorem zawierającym opisy wielu badań dotyczących skuteczności psychoterapii większości znanych typów zaburzeń, który niewątpliwie może być bardzo przydatny zarówno dla osób interesujących się badaniami psychoterapii od strony teoretycznej, jak i praktyków klinicystów. Jednakże wskazane wyżej słabości tekstu mogą stanowić podstawę twierdzenia, że praca *Skuteczność psychoterapii* jedynie częściowo wypełnia istniejącą na rynku publikacji na ten temat lukę.

BIBLIOGRAFIA

Aleksandrowicz, J., Sobański, J. (2004). *Skuteczność psychoterapii poznawczej i psychodynamicznej.* Kraków: Komitet Redakcyjno-Wydawniczy Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego.

Barlow, D. H. (1996). Health care policy, psychotherapy research, and the future of psychotherapy. *American Psychologist*, 51, 1050-1058.

Clarke, G. N. (1998). Improving the transition from basic efficacy research to effectiveness studies: Methodological issues and procedures. W: A. Kazdin (red.), *Metodological issues & strategies in clinical research* (s. 541-560). Washington, D C: American Psychological Association.

Czabała, J. C. (1987). Zmiana jako wynik psychoterapii. *Psychoterapia*, 62, 3, 37-41.

Czabała, J. C. (1994). Wyniki badań nad psychoterapią – ich użyteczność dla praktyki klinicznej. *Psychoterapia*, 91, 4, 33-40.

Frisch, M. B. (1998). Quality of life therapy and assessment in health care. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 5, 19-40.

Howard, K. I., Moras, K., Brill, P., Martinovich, Z., Lutz, W. (1996). Evaluation of psychotherapy. Efficacy, effectiveness and patient progress. *American Psychologist*, 51, 1059-1964.

Katschnig, H., Freeman, H., Sartorius, N. (red.) (1997). *Quality of life in mental disorders.* New York: Wiley.

Lambert, M., Strupp, H., Horowitz, L. (1997*). Measuring patient changes: In mood, anxiety, and personality disorders*. Washington, DC: American Psychological Association.

Strupp, H. (1996). The tripartite model and the Consumer Reports Study. *American Psychologist*, 51, 1017-1024.

Strupp, H. H., Hadley, S. W. (1977). A tripartite model of mental health and therapeutic outcome: With special reference to negative effects in psychotherapy. *American Psychologist*, 32, 187-196.

Wampold, B. E. (1997). Methodological problems in identifying efficacious psychotherapies. *Psychotherapy Research*, 7, 21-43.

West, S. (1985). Poza eksperyment laboratoryjny – plany eksperymentalne oraz quasi-eksperymentalne w otoczeniu naturalnym. W: I. Heszen-Niejodek, H. Sęk (red.), *Psychologia zdrowia* (s. 111-174). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN

Aleksandra Jaworska
Doktorantka Instytutu Psychologii
Uniwersytettu Adama Mickiewicza w Poznaniu

Piotr Próchniak, *Podejmowanie ryzyka a sens życia człowieka. Empiryczne badania psychologiczne*, Słupsk: Wydawnictwo Pomorskiej Akademii Pedagogicznej 2005, ss.

Literatura psychologiczna wzbogaciła się w ostatnim czasie o nową pozycję książkową. Na rynku ukazała się monografia Piotra Próchniaka *Podejmowanie ryzyka a sens życia człowieka. Empiryczne badania psychologiczne.*

Problematyka ryzyka była i wciąż jest szeroko podejmowana w literaturze psychologicznej. Dotychczasowe badana koncentrowały się na modelowej reprezentacji ryzyka, jego percepcji i akceptacji. W psychologii różnic indywidualnych analizowane są zmienne